

**Ежедневное меню завтраков (2 неделя 3 день)
МБОУ ООШ №14**

06.09.23

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	каша рассыпчатая гречневая	150		243,75	8,6	6,09	38,64
	бефстроганов	110		319,00	16,7	25,4	5,6
	чай с сахаром	200		60	0,07	0,02	15
	хлеб пшеничный	30		62,64	0,9	0,22	14,63
	хлеб ржаной	20		45,98	0,6	0,2	9,88
	огурцы	60		7,2	0,42	0,06	1,14
	Итого:	570	0,00	738,57	27,29	31,99	84,89

